

今日の給食

9月2日 月曜日

胚芽米ごはん      セサミハンバーグ  
ミニトマト      野菜スープ      牛乳

セサミハンバーグは、豚肉に绞り豆腐をこね合わせた種に、ごまを加えてあります。豚肉だけでなく、豆腐を加えることでしっとりとした食感になります。ごまは抗酸化作用があり、老化防止や肝機能改善に効果があります。粒をよく噛むことにより消化吸収されやすくなります。今日もよく噛んで、残さず食べましょう！！



**二学期も残さず食べよう！！**

◎今月の給食目標◎

「正しい姿勢で食べよう」